

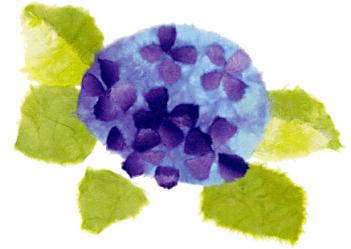


ゲーム依存について考える

「うちの子は、ゲームばかりしていて大丈夫だろうか」と心配しておられるご家庭はありませんか？

「青少年育成センターだより第62号」では「ネット依存」について取り上げました。(防府市ホームページ掲載)

先月の新聞に「ゲーム依存は疾病 ～症状12ヶ月連続WHOが認定～」という記事がありましたので、この記事を基にゲーム依存について考えてみましょう。



・・・ゲーム障害は、「ゲームをしたい衝動が抑えられなくなり、日常生活よりゲームを優先し、健康を損なうなど問題が起きても続けてしまう特徴がある」と定義された。家族や社会、学業、仕事に重大な支障が起き、こうした症状が少なくとも12ヶ月続いている場合に診断できるとした。・・・

・・・<ゲームをする時間を決めても守らない小学2年男子。やめさせようとする母親に暴言や暴力を浴びせ「イライラする」と友人も殴った><ゲームを母親に取り上げられた小学6年男子。包丁を手振り回したため、母親が幼いきょうだいを連れて逃げ出し、警察を呼んで緊急入院させた>・・・(ある県の心療内科で診察されたケース)

・・・厚生労働省の研究班は18年8月、中高生の7人に1人に当たる約93万人にネット依存が疑われるとの推計を発表した。前回調査から5年で倍近くに増えたが、さらにその下の世代にも広がっている可能性がある。・・・

・・・ゲーム依存には、のめり込んで生活が乱れるだけでなく怖さもある。海外の研究では、暴力的なゲームや映像の視聴を長時間続けると、他人の痛みを感じる中枢神経の活動が抑制され、攻撃性が高まるとの報告も出ている。・・・ 【新聞記事抜粋】

いかがでしょうか？本当に考えさせられる記事ですね。この記事を読んで、子どもにすぐ止めさせなければと思われた方もいらっしゃることでしょう。

「ゲームに触れるのが幼いほど危険性が高く、一気に依存症に進む。スマホやゲームを与えるのは遅ければ遅いほどいい。(久里浜医療センターの樋口進医院長)」と言われていきます。依存症になる前に早めに止めさせることが大切でしょう。しかし、小学生の高学年であったり、中高生の場合は強制的に止めさせるということはなかなか難しいものです。

そこで、子どもと話し合ってみませんか。ゲーム依存には、とても怖い現実があることについて考え、「平日はやらない。土・日曜日だけにする」「時間を設定する。それ以上はやらない」「お母さんや、お父さんに声をかけられたら止める」「約束事が守れなかったらペナルティー」等、約束事を一緒に決めたらいかかでしょうか。人に言われて止めるよりも自分で止める力を身につけることが大切なのです。

「eスポーツ」という言葉も聞かれた方も多いでしょう。対戦型ゲームで勝敗を決めるもので、昨年のアジア大会で公開競技として採用されました。将来はオリンピックでという声も聞かれます。ゲームもスポーツと同じとする考え方もあります。

これから、コンピューターはますます私たちの生活に必要なものになってくるのでしょう。私たちは、適切に操作する能力が問われる時代になっています。これからの世の中をよりよく生きていくためには必要な技術です。子どもの頃から、上手に付き合う能力を身につけさせることが大切です。